CANONI PRATICI

INTORNO ALL' USO

DE' BAGNI MINERALI,

DELLE

STUFE SUDATORIE,

E

DELLE ARENE

DI POZZUOLI.

BIBLIOTECA NAZIONALE DI NAPOLI

V. E. III
BIBLIOTECA NAZIONALE
NAPOLI

NAPOLI MDCCLXXXV.
PRESSO I FRATELLI RAIMONDI
Con licenza de' Superiori.

Di Caſa 1. Luglio 1785.

GENTILISSIMO MIO P. D. PIETRO

ECco poſte in iſcritto le regole pratiche, che debbono ſervire di ſcorta a tutti coloro, che la ſua pietoſa cura, e de' ſuoi Fratelli congregati inviano in ogni anno a Pozzuoli, per far uſo de' Bagni Minerali, delle Stufe Sudatorie, e delle Arene. Ella dal paſsato anno, che con tanto zelo aſſiſtè ai poveri

Religiosi, e Sacerdoti languenti, ben si accorse, che questa grand'opera di pietà con tanto impegno da lei promossa, con rimetterla in piedi, ed accrescerla vieppiù, senza perdonarla a spese, o fatiche, riusciva inutile per alcuni, giusto perchè mancava loro una pratica guida, che li dirigesse; per provedere a questo, ardisco io offerirle questi Canoni del come debba prepararsi alli medesimi, e ciocchè debba farsi nel tempo che si prendono, e dopo l'uso di essi. Il mio impegno è stato di esporre colla più possibile brevità, e chiarezza le regole pratiche soltanto, senza entrare nelle teorie, come quelle, che debbono essere sotto gli occhi di persone, che cercano lume per applicare da per loro utilmente questi rimedj ai lor mali. Io ne spero tutto l'utile per li poveri ammalati, perchè contengono quanto la Medicina prescrive, ed

ed eſſi benediranno il Signore, che ha inſpirato queſto bel penſiere ad un sì degno figliuolo di S. Filippo, tutto dedito, ed impegnato, come il ſuo Padre, a ſovvenire in tutte le indigenze la povera umanità. E perchè ben sò, che non ſe le può fare coſa di maggior diſguſto, che trattarla con titoli fuſtoſi, perciò deſideroſo, che accolga queſta mia, qualunque, ſia operetta colla ſua ſolita corteſia, ed amabilità, all' intutto mi taccio delle ſue lodi, ſoltanto pregandola di ſoffrire, che io mi dia il vanto di eſſere per ſempre.

Al P. D. Pietro
d' Onofrj dell' Oratorio
a' Girolamini.

Il voſtro Umiliſs. divotiſs.
Obligatiſs. Servo
Filippo Baldini.

CANONI PRATICI
INTORNO ALL' USO DE' BAGNI MINERALI.

Preparazione a' Bagni Minerali [*].

I.

NOn andate mai ai bagni, se non nell'estate, e ne' tempi caldissimi, come sarebbero i giorni canicolari; imperocchè allora fanno del bene in diversi casi di malattie, quando il tempo è caldo, ed eguale (1).

[*] Nella pubblica strada, che da Napoli conduce a Pozzuoli, e propriamente in un cantone de' Monti *Leucogei* accosto dal mare, vi è la sorgiva della celebre acqua del Bagno, di cui parlo, detto *Subveni Homini*, ch' è l'unica rimasta in Pozzuoli, giacchè le altre sonosi disperse. Finite le due Missioni, si dà permesso a' secolari.

(1) Ippocr. *De vict. rat. in morb. acut. p.* 395 Galen. *de sanit. tuend. lib. V.*

II.

Nè andate ai bagni, se non siete purgato prima. Si tolga la pletora, cioè la soverchia quantità del sangue con qualche salasso (1), e si renda libero il ventre, mercè di un blando purgante (2); altrimenti incorrerete nel pericolo, che i bagni in vece di produrre de' vantaggi, cagionino piuttosto de' danni di qualche conseguenza (3).

III.

Li bagni non debbano esser gli ultimi rimedj all' infermità estreme, e disperate; imperocchè allora non sogliono produrre nè certa utilità, nè perfetta curagione. Perciò ricorrerete subito ai bagni nelle circostanze de' morbi, se da essi ne volete ritrarre profitto (4).

IV.

---

(1) Il salasso sarà a proporzion delle forze: ne' giovani, e negli adulti più abbondante, più parco ne' fanciulli, e ne' vecchi.

(2) Un' oncia di sale inglese, o di Segnette, o due once di manna sciolta o nella decozione di camomilla, o di gramigna saranno sodisfacenti allo scopo, secondo però le indicazioni del male, della complessione, e dell' età dell' uomo.

(3) Con ragione scrisse Ippocrate, *lib. de art. §. VI. quæ nocuerunt, ob id nocuerunt, quia non recte ministrata sunt.*

(4) Il consigliare, siccome d' alcuni si suole

IV.

Prima d' intraprendere l' uso de' bagni minerali mettete da banda, e lasciate andar via tutte le perturbazioni dell'animo; poichè i bagni operano, e lavorano per mezzo dell' allegria, e consolazion dell' animo (1).

V.

Andate ai bagni di mattina a stomaco digiuno, sforzandovi prima di vuotar bene gl' intestini dalle feccie, anche con de'blandi clisteri (2); affinchè gl' intestini restino vuoti affatto d' impurità.

VI.

Quando il Sole è per andare all' occaso potrete ancora far uso de' bagni, perchè allora il vostro ventre si troverà esser libero dalla concozione, e digestion degli alimenti; onde tanto il vostro corpo sarà più atto per i bagni, quanto più lungo tempo si porrà tra il desinare, e l' ora del bagno.

VII.

---

suole, agli uomini infievoliti, e destituti da' morbi li bagni minerali, e lo stesso, che rimetterli alla fucina.

(1) *Balneum* viene dal Greco Βαλανειον, che dir vuole cacciar dall' animo i nojosi pensieri. *Voss. Etymol. Linqu. latin.*

(2) I clisteri si potranno preparare colla decozione della malva, camomilla, bismalva, o paretaria coll' aggiunta del mele, o del zucchero.

VII.

Nella ſera antecedente al cominciamento de' bagni, non dovrete caricar lo ſtomaco voſtro col cibo, acciocchè la mattina potrete ritrovarvi collo ſtomaco voto [1].

VIII.

Andate ai bagni molto ben difeſo di corpo, portando addoſſo abiti, che vi difendano dal freſco, e non vi riſcaldino troppo [2].

Tempo del Bagno Minerale.

IX.

Quando entrate nel bagno dovete eſſere veſtiti ſolamente con calzoni bianchi di tela, o pur nudi, col capo coverto [3]. Non vi bagnate tutto in un tempo, ma mettete prima le gambe, indi a poco a poco fate ſalir l' acqua fino allo ſtomaco, finalmente bagnate tutto il corpo fin alle ſpalle; affinchè a poco a poco la for-

---

(1) Quindi la Scuola Salernitana

Ex magna cœna, ſtomaco ſit maxima pœna.
Ut ſis nocte levis, ſit tibi cœna brevis.

(2) Gli abiti, di cui veſtito dovrà l'uomo portare al bagno, converrà, che ſiano di lana, ed il capo ben coverto,

(3) Si uſerà quella modeſtia, che alla ſalute meno, anzi punto potrà recare pregiudizio.

forza, e qualità dell' acqua minerale poſſa introdurſi nel voſtro corpo.

X.

La caldezza, o temperatura del bagno accomodatela, come deſiderate, otturando bene per tanto ſpazio di tempo il buco, onde eſce l' acqua minerale, o col aprire l' altro d' acqua naturale, e freſca, fin tanto che il bagno ſarà temperato in quella maniera, che lo chiede l' infermità. (1)

XI.

Nel bagno non vi date troppo moto; imperocchè quando le acque minerali ſon troppo commoſſe, ſi eleva in alto un vapore, il quale ſuol' eſſere moleſto, grave, e faſtidioſo alla teſta (2).

XII.

Mentre ſtate nel bagno, guardatevi dall' umido dell' aria, e dal vento, e dal mangiare, o bere; affinchè ſi eviti una coſtipazione, e l'oppreſſione de'viſceri: ſe vi ſentite inclinato al ſonno, procurate di allontana-

(1) I tai bagni di Pozzuoli vi è il comodo dell' acqua *calda*, e *freſca*, che per mezzo di due cannoli, ciaſcheduno da ſe può temperare.

(2) Credettero taluni, che nel bagno minerale ſi doveſſe ſtar cheto, ſenza moverſi, ed agitarſi; di tal ſentimento furono Oribaſio, ed altri Scrittori. La comune però de' Medici proibiſce il moto violento.

tanarlo, godendo di qualche buona compagnia.

XIII.

La dimora nel bagno sarà, finchè vi sentirete la fronte mossa al sudore, che è il segno manifesto, che le superfluità de' vostri umori già sieno arrivate fino alla pelle, e che si affrettino ad uscir dal corpo per mezzo del sudore [1].

XIV.

Il bagno nel primo giorno non deve oltrapassare la mezz' ora, si deve accrescere nel secondo, terzo, quarto, e quinto in guisa, che dal sesto in poi si giunga ad un' ora, quale non si deve oltrepassare per tutto il tempo de' bagni.

XV.

Il numero de' bagni suol essere in ragion degl' incomodi, che taluno soffre; guidatevi perciò secondo la natura del male, e le circostanze della vostr' età, e temperamento.

Usci-

(1) Questo contrasegno però non è sempre certo; poichè ad alcuni il sudore comparisce così presto, che appena entrati nel bagno si osservano grondanti la fronte, ed il corpo di sudore; ad altri non si giunge a vedere, che dopo molto tempo. Il sicuro contrasegno dunque è quello dell'intolleranza, del rincrescimento, e del turbamento d' animo del malato, allorchè per qualche discreto tempo siasi trattenuto nel bagno.

Uscita del Bagno Minerale.

XVI.

Subito che sarete uscito fuori dal bagno, rivoltatevi attorno un lenzuolo, con cui vi asciugherete bene; ed essendo prima acconcio il letto, subito vi metterete a giacere; vi farete ben coprire, e sotterrete nel letto il sudore, e la vigilia, scacciando da voi il sonno.

XVII.

Dopo che avrete per intervallo di tempo sudato, cambiatevi la camicia, asciugando molto bene il sudore; e pian piano lasciate da banda le coperte.

XVIII.

Vi levarete dopo di un'ora, e più, da letto, e ben vestito passeggiarete alquanto dentro della vostra stanza, ben difesa però dal vento.

XIX.

Non beverete acqua fresca, o vino, se prima non sarete rinfrescato, e allora beverete vino bene innacquato, per discacciare la sete.

XX.

Nel corso de' bagni minerali usarete buona sçielta di alimenti, i più adattabili al tuono dell' organo della vostra digestione; e che li additerà l' istintiva richiesta

ſta dell' appetito ; imperocchè la natura è una guida fedele a darci delle regole di condotta. (1)

XXI.

I vini ſaranno anche buoni ſenza alcun vizio, e di mediocre corpo, meno del ſolito, e diluti con l' acqua. Queſta cautela non è mai tanto neceſſaria, quanto in tempo de' Bagni.

XXII.

Dormirete la notte ſolamente, e non al giorno, ſette ore al più [2]; perchè il ſonno ai bagni li è inimiciſſimo, e ſe mai dopo il ſonno vi rattroverete di ſudor bagnato, non lo divertirete, dimenandovi or quà, or là per il letto, e dopo vi aſciugarete bene.

XXIII.

Per evitare l' ozio, e per ſcacciare il ſonno, e per paſſare il tempo in quei gran caldi del mezzo giorno, biſognerà paſſarli con ripoſo, e quiete, vi tratterrete col leggere libri piacevoli, e non già ſerj, e gravi.

XXIV.

Se dopo l' uſo de' Bagni non diventerete ſa-

(1) Si dovranno però fuggire tutt' i cibi apparecchiati con gli ogli, graſſi, paſte, fritture, e con gli aromi.

(2) Potendoſi dire che

Septem horas dormiſſe, ſat eſt juvenique, ſenique.

Digitized by Google

ſani, non vi perdete d'animo, nè diſperate della ſanità; l'utile di eſſi in progreſſo di tempo ſi ſuol ſentire.

Degli Accidenti nell' uſo de' Bagni Minerali.

XXV.

Se vi trovate di forze eſtenuati, ed indeboliti dal male, procurate di non affollarvi nell'uſo de'bagni, vi dimorerete più poco tempo; affinchè non ſoggiacciate a qualche deliquio d'animo.

XXVI.

Se vi trovate nel corſo de' bagni di ſtomaco infievolito, e di poca forza nel digerire, lo rinforzerete con delle pittime eſternamente (1), o prenderete alcune coſe, che diano particolare ajuto, e difeſa in corroborare i viſceri digerenti.

XXVII.

Se vi ſopragiungerà, appena che farete for-

(1) Si fanno le pittime con prendere il pane abbruſtolito, e inzuppato di vino, con pochiſſima cannella, o noce moſcata, finiſſimamente polverate. Si potrà ancora far lenire la ragion dello ſtomaco con oglio di noce miriſtica, o pure ſi piglierà un poco d'acqua lattiginoſa di cannella con ſciroppo di cedro,

ſortiti dal bagno, la ſete, bevete acqua con aceto; qual bevanda vi ſervirà ancora per mitigare, e temperare l'acrimonia de' voſtri umori; guardatevi dal bere ſmoderatamente, perchè il troppo bere può produrre ulteriori ſconcerti.

XXVIII.

Se il ſudore ſarà troppo abbondante a ſegno d'indebolirvi, biſognerà allora accorciare la durata del bagno, e vi rinfreſchere te nelle ore proprie con le fineſtre aperte; acciocchè per le aure ſoavi entri parte di aria freſca nella voſtra ſtanza (1).

XXIX.

Così ancora abbrevierete il bagno, ſe vi ſentirete venir meno, e ricorrerete agli ajuti convenienti [2].

XXX.

E' coſa frequentiſſima ne' bagni minerali la ſtitichezza di ventre, dovrete perciò sfuggire tutt'i purganti, e ſol vi prevalerete de'

---

(1) Non però vicino all'aria aperta, o tra l'una, e l'altra fineſtra, ma dietro piuttoſto, affinchè non venga impedita la traſpirazione, e il ſudore.

(2) Sarebbe a propoſito una diſcretiſſima doſe di vomitivo, o altro rimedio, che più veniſſe indicato.

Digitized by Google

de' blandi clisteri, che hanno molta virtù di promuovere lo scarico delle feccie (1).

XXXI.

Se mai incorrerete nella vigilia, usarete i pediluvj pria di cena, o mangiarete alimenti tali, che potranno concigliarvi il sonno (2).

XXXII.

Le soppresse traspirazioni sogliono delle volte produrre de' dolori articolari, per essersi fatto subito passaggio dai bagni minerali al fresco ambiente. Quindi se mai ne sarete attaccato, ritornarete subito all'uso delle suddette bagnature, che vedrete racchetati i dolori sovragiunti.

XXXIII.

Così ancora la traspirazione impedita, e li sudori intempestivamente trattenuti hanno più di una volta eccitati dopo dell' uso de' bagni minerali delle febbri. Dovrete allora ricorrere subito all' emission di sangue, ripulire con i proprj lenienti le impurità,

(1) Si potrà ancora procurare l' ubbidienza del ventre con servirsi la sera delle prugne damascene, mangiandosi in luogo di cena, non essendo fuor di proposito trovarle in tempo della cura de' bagni minerali.

(2) Come sono le lattughe in insalata, i cocomeri, i meloni, e simili.

con paſſare indi a quei rimedj proprj, che ſoglionſi amminiſtrare in tali circoſtanze.

XXXIV.

Se finalmente per qualch' errore commeſſo nelle ſei coſe nonnaturali, poco dopo la cura de' bagni minerali, vi accorgerete di una languidezza notabile, e di una ſvogliatezza grande nelle azioni, ritornerete all' uſo di due altri almeno tralaſciati bagni, per promovere il traſpiro, che forſe nè ſarà la cagione degl' incomodi ſovragiunti.

CANONI PRATICI

INTORNO ALL' USO

DELLE STUFE SUDATORIE.

Preparazioni alle Stufe Sudatorie.

I.

IL tempo dell' eſtate è attiſſimo per le ſtufe, due ore dopo chè ſara uſcito il Sole, e la ſera per altre tante ore innanzi l'occaſo. Sarà però neceſſaria la preparazione di tutt' il voſtro corpo; acciocchè dal rimedio ne poſſiate con ſicurezza ritrarre dell' utile grande.

II.

Sarà d'uopo, che il voſtro corpo ſia prima ben diſpoſto, togliendovi la ripienezza del ſangue con il ſalaſſo, e l' abbondanza delle materie eſtranee con qualche blando rimedio purgante; acciocchè ſi tolgano via tutte le occaſioni, dalle quali ragione-

volmente temer potrete di qualche pericolo (1).

III.

Procurate ancora di umettare il voſtro corpo, mercè de' bagni d' acqua dolce, o minerali (2); affinchè ſi vengano a diſporre i voſtri umori, per poter più volentieri eſſer ſciolti, e ſeparati dagli impuri per opra delle ſtufe.

IV.

Biſognerà eſaminare l'infermità, per ragion della quale dovete uſare le ſtufe; acciocchè ſiano queſte addattate ai voſtri biſogni. Conſiderarete ancora l'abito del voſtro corpo, e gli ordini propoſti perciò dal voſtro Medico; perchè non a tutti convengono le medeſime durate delle Stufe.

V.

Vi guarderete di troppa pienezza nel mangiare, e nel bere; fuggirete il dormire di giorno, le ſoverchie, e lunghe vigilie della

(1) La regola della diſpoſizione ſarà queſta: ſi farà in un giorno l' emiſſion di ſangue, nell' altro ſi prenderanno due once di manna, o una di ſale ingleſe, o di ſale di Segnette, o ſimil altra coſa.

(2) I bagni d' acqua dolce baſteranno ſette, otto de' minerali e lla miſcela però di molt' acqua dolce, almeno di due terzi di queſta.

della notte, gli eſercizj ſmoderati, ed eccessivi, e le moleſte perturbazioni dell' animo.

Tempo delle Stufe Sudatorie.

I.

Levato la mattina dal letto, procurate di vuotar bene gl' inteſtini dalle feccie, indi ben coverto di panni portatevi alla ſtufa. Non mangiarete, ne beverete cos' alcuna prima; poichè dalle ſtufe ſogliono naſcere molt' incovenienti, e nocumenti, ſe ſi uſano, non eſſendo ancora ben finita la digeſtione degli alimenti.

II.

Entrerete nella ſtufa ben veſtito, e ſubito poi vi ſpoglierete. La dimora ſarà ſecondo che la potrete tollerare, e ſopportare ſenza nocumento. All' anti-ſtufa ſtarete da mezz'ora ſino a tre quarti d'ora: nella ſtufa non più, che quattro o cinque minuti, ſecondo le indicazioni del male, e la voſtra tempra (1).

(1) Secondo la natura della malattia ſi pigliano o l' anti-ſtufa, o pur l' ſtufa ſiccome ſarà dal Medico preſcritto, e ſempre ſi uſerà con cautela, e diligenza ſomma.

III.

Non prendete più che tre volte le anti-ſtufe, o le ſtufe, e ſolamente una volta al giorno. Se la malattia v'abbia troppo infievoliti, allora la ſtufa la pigliarete alternativamente.

IV.

Nella ſtufa non beverete nè acqua, nè vino, o altra bevanda; perchè ſi oſſerva, che coloro che fanno diverſamente, non ne ritraggono poi quel ſollievo, che ſperavano.

Uſcita delle Stufe Sudatorie.

V.

Prima di uſcire dai ſerventi vi farete molto ben aſciugare, e coperto bene, ve ne anderete al letto, vi farete di nuovo aſciugare, e così continuarete ſino a tanto chè ritornerete al voſtro primiero ſtato.

VI.

Dopo di eſſere ſtato un' ora e più a letto, vi levarete, avendo prima beniſſimo aſciugato il ſudore; ed eſſendo ſoprafatti dalla ſete, allora potrete bere liberamente, o ac-

o acqua, o un poco di vino innacquato; e ben vestito passeggiarete al quanto dentro della vostra stanza ben difesa dal vento, e dall' aria fresca.

VII.

Mangiarete parcamente, e cibi di facile digestione, e dopo desinare vi guarderete dal dormire. La cena dovrà essere parca, e quasi niente; affinchè nella mattina vegnente possiate liberamente pigliare l'altra stufa.

VIII.

Procurate, quando più potrete, ogni sorta di suavità d' animo, ed onesto piacere, scacciando da voi tutti li molesti pensieri, che in voi potranno cagionare delle perturbazioni d' animo.

IX.

Finite le stufe starete in casa almen cinque altri giorni, e con somma cautela; imperciochè siccome allora sarà il fine de' movimenti, che soffrirà il vostro corpo per debellare il morbo, così sarà un termine perentorio della Medicina presa in tutte le sue operazioni, e ministerj.

Degli Accidenti nell'uso delle Stufe Sudatorie.

X.

Se in tempo delle ſtufe vi accorgerete di una confuſione di teſta, o dolore, ricorrete ſubito al ſalaſſo del piede; ed allora non ſarà fuor di propoſito, rimettere l'uſo della ſtufa ad altro giorno, disfacendo tra queſto mezzo l'urto maggiore del ſangue fatto in teſta. (1)

XI.

Se nel voſtro corpo vi ſon dell'emorroidi, che ſcolano, in tal caſo l'uſo delle ſtufe eſigerà molta circoſpezione; perchè potrà volentieri ſuccedere qualche notabile emorraggia. E rattrovandovi con qualche gran difetto ne' viſceri vitali, le ſtufe dovranno eſſere interdette, eſſendo queſte inimiche del petto.

XII.

---

(1) Biſognerà però vedere, ſe il male foſſe ſtato indotto d'altre cagioni, per ricorrere alle medicine indicate, e di poi nuovamente ricorrere alla ſtufa ſecondo richiederà il vero metodo regolare di un tal rimedio.

XII.

Negli uomini epilettici ſono le ſtufe ribelle all'eſtremo; perchè poſſano dar luogo a maggiori riſtagni.

XIII.

Fuor di tempo della cozion del male le Stufe non converranno; perchè l' azione degli aliti minerali riuſcirà allora micidiale, ancorchè veniſſero indicate. Ed uſandoſi in ſoverchio numero, potranno altresì produrre degl' incovenienti notabili; poichè ſempre il troppo è nemico della natura.

CANO-

CANONI PRATICI
INTORNO
ALL' USO DELLE ARENE.

I.

IL tempo proprio per prendere le arene è quello d'estate, e si loda l'uso la mattina per lo spazio di tre ore, dopo che sarà uscito il Sole, o la sera per tante altre ore avanti 'l tramontare.

II.

Dopo che vi sarete preparato colla sanguigna, col purgante; e con i bagni minerali (1), vi assoggettarete all'arena. Il termine sarà di quindeci giorni, se l'usarete una volta al giorno, ma se due al giorno, sarà sette, o nove giorni solamente secondo le circostanze del male.

III.

(1) Le preparazioni, che all'uso delle arene premettere si dovranno, saranno secondo la qualità, e circostanza del male. Le purghe però sarebbero più a proposito, se fossero preparate dalli fiori, e dall' erbe postrali.

III.

Del tutto digiuno prendete le arene, affinchè poſſiate volentieri tollerare, e reſiſtere alla violenza degli aliti minerali, i quali ſucceſſivamente con un cert'ordine, e grado d'impulſi dovranno egualmente introdurſi in tutto il voſtro corpo.

IV.

Non converrà, che voi ſubito dall' aria aperta entriate nelle arene, ma dovrete trattenervi per un poco di tempo nella ſtanza adiacente; affinchè reſpirando quivi la prim'aria minerale, vi diſponiate alle altre più efficaci delle arene.

V.

Vi farete levar via la ſuperficie delle arena, per iſcoprire l'altre di ſotto, facendo ſi una piccola foſſa quanto tutto il voſtro corpo, o una parte di eſſo già leſa. E con un ſemplice, e ſottil lenzuolo ravolgerete il voſtro corpo nudo, e così vi metterete nella foſſa; (1) I Serventi vi metteranno la ſaborra

(1) Converrà però, che innanzi d'entrare nella foſſa, ſi oſſervino le arene, per farle ridurre al calor, che farà di biſogno ſecondo le indicazioni del male. Ne ſi entrerà nella foſſa tutto ad un tratto, per non ricevere in un momento gran calore.

saborra, covrendo il vostro corpo, o una parte, secondo richiede l'infermità (2).

VI.

Vi farete mutar la saborra non solo una volta, ma due; affinchè vi ristoriate, e vi ricreiate alquanto; altrimenti per il gran caldo potrete mancare, e soccombere in qualche deliquio d'animo.

VII.

L'alimento, che usarete, dovrà essere parco, e d'ottima qualità, ed osservarete in tutto la mediocrità. Dormirete con quella mitura di tempo, che potrà ristorarvi; e fuggirete altresì tutte le inquietitudini dell'animo.

VIII.

L'uso delle arene suole ordinariamente apportare una mozione generale del corpo, sarà perciò di mestieri, che voi, dopo finita la cura, diate riposo, e ristoro alla vostra macchina.

IX.

(2) Quanto tempo poi si richiederà di trattenersi nelle arene, non si potrà per tutti egualmente determinare, dipendendo la maggiore, o minor dimora dalla costituzione particolare dell'uomo, e dalla qualità del male.

IX.

Biſognerà notare, che nel principio moverà tanto, e turberà gli umori voſtri, che vi coſtringerà quaſi a diſperare della ſalute, ma queſto ſarà argomento, e ſegno, che la ſanità vi ſarà vicina.

X.

Non dovrete finalmente perſuadervi di avere in tutto, e per tutto la cura terminata; poichè l'azion delli minerali per molto tempo dopo agirà nel voſtro corpo; e però affinchè non la fraſtorniate, dovrete per qualche altro tempo continuare la ſteſſa maniere di vivere, che praticavate nell'attual'uſo de'rimedj termali per non tirarvi addoſſo altri mali, praticando diverſamente.

Tutti queſti canoni dovrebbero eſſere impreſſi nella mente di coloro, che vanno ai bagni minerali, alle ſtufe ſudatorie, o alle arene: eſſi però ſon diretti generalmente alla cura degl'infermi, in particolare non tutti a tutti convengono; perciò prima, che ſi vada a queſti rimedj termali, ciaſcuno ſenta il parere di un qualche Medico accorto, e diligente per apprendere ciocchè ſi conviene al proprio male.

INDICE

Preparazione ai Bagni minerali pag. 7
Tempo del Bagno minerale. 10
Uscita del Bagno minerale. 13
Degli accidenti nell uso de' Bagni minerali. 15
Preparazioni alle Stufe sudatorie. 19
Tempo delle Stufe sudatorie. 21
Uscita delle Stufe sudatorie. 22
Degli accidenti nell' uso delle Stufe sudatorie. 24
Dell' uso delle Arene. 26

VA11541OM

Digitized by Google